

Yuk, kenali dirimu!



Lembar Kerja 4

Lembar kerja ini digunakan untuk mengetahui status kesehatan fisik, mental dan kesejahteraan diri (*well-being*) seseorang melalui kuesioner GPAQ & MHC-SF.



DATA PRIBADI

Nama:		Gol. Darah	
Alamat:		TB	
Tanggal lahir:		BB	
Usia:			
Jenis kelamin:			

INFORMASI KESEHATAN

Jawablah setiap pernyataan berikut ini sesuai dengan keadaan kesehatanmu.

No	Pernyataan	Jawaban
1.	Jenis aktivitas yang sering aku lakukan adalah	
2.	Kesehatan mental & kesejahteraan emosionalku adalah	
3.	Status kesehatan fisik, mental, & kesejahteraan diriku adalah	SEHAT/SAKIT

Deskripsikan status kesehatanmu berdasarkan hasil dari kuesioner GPAQ & MHC-SF.